عقلی ترقی کے کفایت وقت ہو۔ اور باہمی محبت ترقی پائے۔ اسلئے قوتِ مشاہدہ
کے متعلقہ چند ایک ضروری امور ذیل میں درج کیئے جاتے ہیں:۔

علمِ انسانی کے عناصر

جس طرح چند ایک حروف کے ملنے سے
الفاظ اور الفاظ کے باہمد گر میل جول
سے جملے اور جملوں کے ملاپ سے بیشمار کتابیں تیار ہو جاتی ہیں۔ گویا بلحاظ
نفس مضمون کے خواہ کوئی کتاب مذہبی ہو۔ یا فلسفے اور سائنس کی کسی شاخ
سے تعلق رکھتی ہو۔ لیکن ابجد سب میں ایک ہی ہوتی ہے۔ ویسے ہی نوع انسان
میں ہر شخص کا جدا جدا ہونے سے "علم" بھی ادنے و اعلےٰ خواہ کتنی ہی صورتیں
اختیار کرلے لیکن ان تمام کی بناوٹ انہی چند عناصر پر مبنی ہوتی ہے۔ جو
کہ سات حواس (جن میں حس عامہ۔ چکھنے۔ سونگھنے۔ چھونے۔ سننے
دیکھنے اور عضلات کی حس شامل ہیں) کی بدولت دیش کال اور وستو کے تعلقات
کی صورت میں ہر شخص کو حاصل ہوتے ہیں؛ مگر چونکہ دیش و کال کے نقطۂ
نگاہ سے وسعت حجم (چھوٹا بڑا ہونا) اور خاص دیر تک موجودگی (لمحہ بھر سے لیکر
برسوں تک) کے علاوہ مادی اشیاء کے اوصاف نہ صرف مختلف اقسام کے ہی
ہوتے ہیں۔ جو کہ مختلف حواس سے محسوس ہو سکتے ہیں (جیسے رنگ اور آواز
آنکھ و کان وغیرہ سے) بلکہ ہر ایک وصف بذاتِ خود بھی خاصیت اور مقدار
میں کم و بیش تیزی رکھنے سے کئی قسم کے اندرونی اختلافات کا مظہر ہوتا ہے
(جیسے رنگوں کی مختلف اقسام سُرخ سبز زرد وغیرہ ہونا۔ اور انمیں سے ہر ایک
کا ہلکا اور شوخ ہونا وغیرہ) اسلئے مختلف حواس کے سمبندھ میں یہ ظاہر کر دینا
بہتر ہوگا۔ کہ کس حس کو کام میں لانے سے کن اوصاف کا علم ہونا ممکن ہے۔
تاکہ قوتِ مشاہدہ کی نشو و نما میں اس "ابجد علمی" پر بخوبی غور کرنے سے خاص
امداد مل سکے نیز یہ سمجھا جا سکے۔ کہ اندھے بہرے وغیرہ کیونکر علم حاصل کر سکتے
ہیں؟ لیکن اس سے پہلے یہ بتلا دینا ضروری ہے۔ کہ ایک طرف اگر روشنی اور آواز

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

وغیرہ ایتھر اور ہوا کی لہریں ہونے سے حرکت ہی کی مختلف صورتیں ہیں۔ تو دوسری
طرف ان کا "علم" بھی ان کے زیر اثر نظام عصبی کے پرمانوؤں میں حرکت ہونے
کا ہی نام سمجھا جاتا ہے۔ گویا جس طرح "زندگی" کے معنے قدرت کی بیرونی طاقتوں کے
جسم پر موزوں "ری ایکشن" (جواب عمل) پیدا کرنے کے ہیں۔ ویسے ہی علم
بھی بیرونی حرکات کے اندرونی ری ایکشن پیدا ہونے کا ہی نام ہے
مگر جس طرح بیرونی تغیرات خفیف حالت میں جسمانی ری ایکشن نمایاں
طور پر پیدا نہیں کرتے بلکہ "جسمانی تبدیلی" کے معلوم ہونے کیلئے بیرونی حالات
میں کافی تبدیلی ہونی لازمی امر ہے۔ ویسے ہی کسی تحریک پیدا کرنے والی شئے کے لئے اپنے
اوصاف کے احساس سے پیشتر خاص درجہ تک تیزی رکھنا ضروری امر ہے اس سے کم ہونے پر وہ صفت
محسوس نہیں ہو سکتا۔ دیگر اس احساس کے بعد اس کی مقدار میں زیادتی محسوس کرنے کے لئے
پھر مختلف درجات تک تیزی ہونے کی ضرورت ہوتی ہے۔ گویا
مخصوص درجہ سے کم اضافہ ہونے پر محسوس نہیں ہو سکتا (مثلاً اگر سو لیمپ پہلے
جل رہا ہو۔ تو ایک اور جلانے سے موجودہ روشنی میں فرق نہیں معلوم ہو سکتا)
تیسری بات یہ ہے۔ کہ خاص درجے تک تیزی حاصل ہو چکنے پر اگر
مقدار میں اور ترقی کی جائے۔ تو بھی احساس میں کسی قسم کی تبدیلی نہیں آتی
جیسے سورج کے مرکز اور کنارے کی چمک میں ہم کچھ فرق نہیں کر سکتے۔
حالانکہ دونو مقامات پر روشنی کی مقدار میں بڑا بھاری فرق ہے مطلب
مختصر یہ کہ ہمارے حواس کی قابلیت ایسی نہیں ہے۔ کہ وہ بیرونی اشیأ
کے اوصاف کو پورے طور پر اپنے حدود علمی میں سما سکیں۔ اسلئے ہر ایک
امر کے متعلق کسی خاص آخری رائے قائم کرنے سے پہلے یہ خیال ہمیشہ رہنا
چاہئے کہ دنیاوی اشیاء کی نسبت ہمارا علم مکمل نہ ہونے سے حقیقت "عالم" تک رسائی
نہیں پا سکتا۔ بہرحال انسان جو محدود علم حاصل کر سکتا ہے۔ اس کی "ابجد" مندرجہ ذیل ہے:۔

حس عامہ	یہ تمام بدن سے تعلق رکھتی ہے۔ اس سے مختلف اعضاء کی

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

ساختوں میں دباؤ یا کیمیائی فرق آنے سے درد یا جلن وغیرہ محسوس ہوتی ہے۔ ان میں بھوک پیاس وغیرہ کی حس ایک خاص قسم کی ہے +

(۲) حس ذائقہ یہ صرف "کرسٹلائیڈ" (جو اشیا پانی میں حل ہوسکتی ہیں) اشیاء کے وصف کو ہی محسوس کرتی ہے + لیکن چونکہ منہ میں قوت لامسہ بھی موجود ہوتی ہے نیز ناک کی قربت سے قوت شامہ بھی مددگار ہوتی ہے۔ اسلئے علاوہ اعضاء انہضام کی حس کے (جو کہ "ریفلیکس" طور ان کے اعصاب میں تحریک ہونے سے پیدا ہوتی ہے) اس سے منہ میں ڈالی گئی شئے کے حجم شکل۔ نرمی۔ کرکراہٹ۔ گرمی اور خوشبو کا بھی علم ہوتا ہے۔ آخرالذکر وصفنائی حس کا نہ ہونا ہی زکام وغیرہ کی حالت میں بعض اشیاء کے ذائقہ بدلنے کا باعث ہوتا ہے + ذائقہ چھ قسم کا کہا گیا ہے:۔ میٹھا۔ کڑوا نمکین ترش۔ کھاری اور دھانی + باقی تمام ذائقے انہی کے مختلف صورتوں میں ملاپ کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ یہ حس علمی غرض سے بہت کم کام میں لائی جاتی ہے +

(۳) قوت شامہ یہ صرف ایسی اشیاء کی شناخت میں کام دیتی ہے جو کہ خاص درجہ حرارت پر بخارات یا ہوائی صورت اختیار کرلیتی ہیں۔ امونیا وغیرہ کا جو اثر قوت لامسہ کی موجودگی کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس سے علیحدہ سمجھنا چاہئے۔ ذائقہ کی نسبت جو بہت زیادہ قسم کی ہوتی ہے۔ گو ان کے نام میٹھا۔ نمکین وغیرہ کی طرح مقررہ نہیں۔ صرف خاص اشیاء ہی سے منسوب کئے جاتے ہیں۔ جیسے گلاب۔ چنبیلی۔ پیاز سلفیوریٹڈ ہائیڈروجن کی مانند وغیرہ۔ چونکہ انسان میں یہ حس بمقابلہ کتوں وغیرہ حیوانات کے بہت کمزور ہے۔ اس لئے حصول علم میں بہت کم کام آتی ہے +

(۴) قوت لامسہ اس کا اصلی کام دباؤ کا جاننا ہے۔ اور بمقابلہ دیگر

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

مقامات کی جلد کے متحرک اعضاء مثلاً انگلیوں کے سروں اور ہونٹوں میں
نسبتاً بہت زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ پرکار کے ۲ سروں کا سطح جسم پر اکثر جگہ
صرف ایک ہی کی طرح کا علم ہوتا ہے + دباؤ کے درجات کی تمیز کرنے میں
عضلاتی حس بھی شامل ہو جاتی ہے + اس سے اشیاء کے حجم کی وسعت اور مقامات
کو مخصوص کرنے سے دیش کا بھی گیان ہوتا ہے۔ اگرچہ اس میں مختلف
اوصاف کی حس نہیں جیسی کہ قوت شامہ میں ہے۔ مگر دباؤ کے درجات
(مقدار) اور مقامی حدود کی وجہ سے سختی نرمی اور کھردراپن وصفائی کا
گیان ہو جاتا ہے۔ سردی گرمی کی حس گو خاص مقامات میں نمایاں ہوتی
ہے۔ لیکن در اصل عام حس سے مشابہت رکھتی ہے۔ چنانچہ ایک ہاتھ کو برفانی
پانی میں اور دوسرے کو گرم پانی میں کچھ عرصہ رکھنے کے بعد دونو کو معمولی پانی میں
ڈالنے سے وہی پانی ایک ہاتھ کو گرم اور دوسرے کو سرد معلوم ہوگا +
چونکہ یہ حس دباؤ کے درجات بتانے کے علاوہ اشیاء کے مقامی اوصاف
(حدود) سے دیش اور احساس کے آغاز و انجام محسوس کرنے سے کال کے تعلق
کو بھی بتا سکتی ہے۔ جو کہ قوت ذائقہ اور شامہ نہیں بتا سکتے اسلئے ان سے
اعلےٰ درجہ رکھتی ہے۔ نیز چونکہ اس حس کے ساتھ عضلاتی حس کا بھی اکثر
ملاپ رہتا ہے اسلئے اس کی عظمت یہاں تک ہے۔ کہ انسانی علم کی عظمت
ہی اس حس کی خوبی پر مبنی قرار دیگئی ہے۔ غالباً اسی عظمت کو ظاہر کرنے
کے خیال سے آرش گرنتھوں میں ہاتھ کا دیوتا "اندر" بیان کیا گیا ہے)+

(۵) قوت سامعہ

چونکہ یہ ہوا کی لہروں سے تحریک پاکر بہت فاصلے سے
بھی علم حاصل کر لیتی ہے اسلئے مذکورہ بالا حواس
سے اعلےٰ تر کہی جاتی ہے + نیز راگ اور شور (یعنے مختلف زبانوں نظم و نثر
اور پتوں کا کھڑکھڑانا وغیرہ) ہر قسم کی آواز کے مختلف درجات کی تیزی
مختلف [illegible] مختلف حصوں کو آسانی [illegible] اور اوصاف

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

کا گیان دیتی ہے۔ اسلئے مکمل حس کہی جاتی ہے۔ چنانچہ بباعث اس کی تمیز اوصاف
و مقدار اور وقت (تال) کی تمیز کے نہ صرف اس سے پاکیزہ لذت (راگ و
باجے وغیرہ کی) ہی حاصل کر سکتے ہیں۔ بلکہ زباندانی کے ذریعہ علمی حصول
میں بھی بہت مدد ملتی ہے۔ سُروں کی حدود احساس سولہ سے چالیس ہزار فی سیکنڈ
لہروں تک ہے +

قُوت باصرہ

یہ اعلیٰ ترین حس ہے۔ جو کہ ایتھر کی لہروں سے تحریک پا کر
آسمان کے ستاروں کا بھی علم حاصل کرنے کا باعث
ہوتی ہے۔ بلحاظ تیزی کے درجات کے سُورج سے لیکر سیاہ شے تک کو واقف سکتی
ہے۔ یکدم خاص شے کو یا بہت سی اشیاء کو جان لیتی ہے۔ مختلف رنگ کے
ساتھ اشیا کی شکلوں اور اطراف کو بھی عُضلات کی مدد سے بتاتی ہے۔ منشور
مثلثی میں جو شعاعوں کا اختلاف بباعث ان کی لہروں میں کمی بیشی ہونے کے
ہوتا ہے۔ اس کی حدود احساس کا اظہار کرتا ہے۔ چنانچہ سرخ رنگ سب سے
سُست ہے۔ جو کہ چار سو چھپن بلین فی سکنڈ لہروں کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اور
بنفشی سب سے تیز ہے۔ جو کہ چھ سو ساٹھ بلین فی سکنڈ لہروں کا مظہر ہوتا ہے۔
باقی تمام رنگ ان دونوں حدود کے درمیان ظہور پذیر ہوتے ہیں +

(۷) عضلاتی حس

یہ علاوہ اپنی ارادی حرکات یعنے بولنے یا کام کرنے
وغیرہ کی حس کے آنکھ کان جلد وغیرہ کے ساتھ
بھی مدد دیتی ہے۔ جن کو توجہ کے زیر اثر خاص وضع میں قائم رکھنے کے لئے
خاص عُضلات کو سکیڑنا پڑتا ہے۔ چنانچہ اپنے جسم کے اعضا اور بیرونی
اشیاء کی وضع۔ اپنے سے ان کا فاصلہ اور طرف۔ اُن کی قوت مقابلہ۔
ان کے حصول کی کوشش اور ہاتھ یا آنکھ کے جلدی سے حرکت میں لانے سے
دو قسم کے اوصاف کے مقابلہ کرنے سے تمیز میں مدد دینا۔ اور کام کے آغاز و
انجام کی تمیز سے وقت کا علم دینا اسی کے خواص ہیں + اسلئے جو کام خود کرکے

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

دیکھ لیا جاتا ہے۔ وہ بمقابلہ دیگر تمام حواس کو کام میں لانے کے زیادہ ذہن نشین ہوتا ہے "تجربہ بہترین اُستاد ہے۔ اور مشق ا[illegible]ن کو مکمل کرتی ہے وغیرہ" محاورات اسی حس کی عظمت پر دلالت کرتے ہیں۔ چونکہ سائنس اور آرٹ" یعنے علم و فن میں بھی حس سب سے بڑھ کر کام میں آتی ہے۔ اسلئے خواہ "گیان" مقصد انسانی ہو۔ یا "بھوگ" ہر حالت میں کرم کی مہما اپرم پار ہے ÷

نوٹ۔ اگرچہ اشیاء عالم میں مختلف اوصاف اور ان کے مختلف درجات ہونے سے اوصاف اور مقدار [illegible] ایک قابل تمیز شے ہے لیکن خاص حد سے گزر جانے پر ان میں بہت کم تمیز رہجاتی ہے جیسے [illegible]ف رنگ تیزی پکڑتے ہوئے آخر میں سفیدی اختیار کر لیتے ہیں۔ یا سردی گرمی حد سے بڑھنے پر [illegible]ہی محسوس ہوتی ہیں ÷ گویا جس طرح ایک طرف تمام اوصاف بیرونی نے اپنے احساس کے لئے جسم میں خاص ساختیں مخصوص نہیں کی ہیں۔ ویسے ہی دوسری طرف خاص درجے سے ترقی پانے پر اوصاف و مقدار میں [illegible] تمیز نہیں ہوتی صرف "حدود احساس" کے اندر بلحاظ دلیش (چھوٹا بڑا جسم میں) کال [illegible]جریا سالوں کے بٹے) اور اوصاف (رنگ و آواز وغیرہ) و مقدار (ہلکا یا شوخ رنگ و [illegible]) کے [illegible] دی اشیاء کا فرق جانا جاسکتا ہے۔ حدود احساس کے باہر خواہ معاملہ کمی کی طرف ہو [illegible]دتی کی طرف نتیجہ یکساں "ناقابل احساس" ہوتا ہے بقول کیسے: ع

ابتدا سے کار جو تھی انتہا سے کار تھی

(۲) قوت حافظہ

جس طرح احساس کا اثر حواس میں باقی رہ جاتا ہے ویسے ہی ادراک کا اثر دماغ میں قائم رہجاتا ہے۔ گویا جس طرح بوقت غروب آفتاب کو یا جلتے لیمپ کے شعلے کو کچھ عرصہ تک دیکھنے سے آنکھیں بند کر لینے کے بعد بھی کچھ عرصہ تک اس کا عکس نظر آتا رہتا ہے۔ ویسے ہی توجہ کرنے سے کسی ادراک کا عکس جو عارضی طور پر نقش ہو جاتا ہے۔ اس کو حافظہ کہتے ہیں ÷ اگرچہ شروع میں بیرونی تحریک ہی بذریعہ اعصاب کے عصبی مرکز میں ایسی تبدیلی پیدا کرتی ہے۔ جس سے اس کا خیال پیدا ہونا ممکن ہو جاتا ہے۔ لیکن بعدہ بغیر اس خاص بیرونی محرک کے بھی ترقی کی

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

میں شامل ہو۔ ریاضی اور سائنس کے مضامین اس کی تربیت کے لئے نہایت مفید ہیں۔ ہر دو قسم کی استدلال کے استعمال سے ہم اپنی واقفیت بڑھا سکتے ہیں چنانچہ طرز استقرائی سے تو نئی صداقتیں حاصل کرتے ہیں۔ اور طرز استخراجی سے ان کی صحت کا اندازہ لگاتے ہیں۔ کوئی قاعدہ نکالنا یا کسی شے کی تعریف کرنا تو دلیل استقرائی کا فعل ہے اور لفظ "کیوں" کا استعمال دلیل استخراجی کی مشق کراتا ہے +

توجہ :- قواءِ عقلیہ کا ذکر کرنے کے ساتھ ہی اس امر کا اظہار بھی ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ جب انسان مذکورہ بالا قوتوں میں سے کسی ایک کو کام میں نہیں لا رہا ہوتا۔ اس وقت اس کی حالت عام آگاہی یعنے سرسری واقفیت کی ہوتی ہے۔ گویا ارد گرد کی اشیاء سے وُہ بالکل بے علم نہیں ہوتا۔ بلکہ بباعث بیداری سرسری واقفیت رکھتا ہے۔ یہ حالت اس کی "بے توجہی" کی کہلاتی ہے۔ برخلاف اسکے دوسری حالت اس کی "توجہ" کی ہوتی ہے۔ جبکہ وُہ یکسو ہو کر اپنی کسی خاص قوت کو کسی خاص شے پر لگاتا ہے۔ اس صورت میں ممکن ہے۔ کہ جس وقت اس خاص شے میں محو ہو جائے۔ تو اس کو ارد گرد کی اشیاء کا مطلق علم نہ رہے۔ چنانچہ کسی شے کا اصلی علم حاصل کرنے کیلئے اس حالت کا پیدا کرنا لازمی امر ہے۔ کیونکہ اس کے بغیر "عُلم حقیقی" کا حصول بالکل ناممکن ہے۔ سرسری واقفیت کا دائرہ بُہت فراخ اور وسیع ہوتا ہے۔ اس حالت سے نفس جب کسی خاص شئے کی طرف رجوع پذیر ہوتا ہے تو گویا اس وسیع دائرے کو سکیڑ کر ایک مرکز پر لے آتا ہے۔ جسقدر سرسری واقفیت کا دائرہ گھٹتا جاتا ہے۔ اسی قدر واقفیت زیادہ تیز اور گہری ہوتی جاتی ہے۔ حتّےٰ کہ جسوقت توجہ کو اس قدر یکسو کیا جاتا ہے۔ کہ محویت کا درجہ آ جائے۔ تو اس وقت اس شے کا بالکل مکمل علم حاصل ہو جاتا ہے۔ گویا آتمک سُورج کی روشنی من کے آتشی شیشے میں سے گزر کر اس جگہ (شے) پر علم کی آگ روشن کر دیتی ہے۔ خواہ وُہ شے عالم کثیف سے ہو (مثلاً کوئی سوال حل کرنا وغیرہ) یا عالم لطیف سے (جیسے کسی کے خیالات کا مطالعہ کرنا۔ یا مسمریزم وغیرہ کے دیگر ظہور) توجہ کے یکسو کرنے پر اپنی

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

قابلیت کے بموجب علم ہر دو عالم کا یکساں حاصل ہو جاتا ہے۔ چنانچہ یوگیوں میں علم حقیقی کے انکشاف کا انحصار اسی یکسوئی یا محویت پر ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ تمام مذاہب کے رہنما اس عمل کی تلقین کرتے ہیں۔ بقول کبیر صاحب :-

سرت کٹھن ڈن اکٹر کریہی سادھ سنا جان
سرت ایکتا ہووے جب پاوے پد نزبان

چونکہ توجہ کے بغیر کسی قسم کا بھی علم نہیں ہو سکتا۔ اس لئے اس کی ماہیت اور طریق تربیت کا جاننا بھی نہایت ضروریات سے ہے :-

توجہ کی اقسام دو ہیں

(۱) ارادی :- جبکہ من کسی خواہش کی تحریک کی وجہ سے تمام خیالات کو شے یا فعل مطلوبہ پر لگاتا ہے مثلاً لکھنا۔ پڑھنا وغیرہ (۲) بے ارادی :- جبکہ بغیر ارادے کے من کسی دنی شے کی تحریک سے خود بخود ادھر مائل ہو جاتا ہے۔ مثلاً کسی آواز کو سن کر چونک اٹھنا یا کسی دلکش نظارے کو دیکھ کر ادھر مائل ہو جانا وغیرہ۔ یہ حالت چھوٹے بچوں میں عام پائی جاتی ہے کیونکہ ان کی قوت ارادی بہت کمزور ہوتی ہے۔ اس لئے وہ اپنے آپ چنداں توجہ نہیں دے سکتے۔ مثلاً جو بچہ بھینی کی وجہ سے رو رہا ہو۔ اسکے ہاتھ میں کوئی کھلونا یا کھانے کی چیز دیدو۔ جھٹ روتا روتا تھم جائیگا۔ کیونکہ توجہ ادھر مبذول ہو جائیگی۔ علے ہذا القیاس۔ یہ غیر ارادی توجہ رفتہ رفتہ تکمیل کو پہنچکر ارادی توجہ کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے۔ یا یوں کہو۔ کہ بچہ شروع میں کسی خاص شے پر بہت تھوڑے عرصے کے لئے توجہ دے سکتا ہے۔ مگر رفتہ رفتہ ترقی کرکے اس کے ارادے میں ایسی تقویت آجاتی ہے کہ پھر گھنٹوں تک لگاتار توجہ دے سکتا ہے۔ گویا توجہ دینا یا نہ دینا اس کے اختیار میں آجاتا ہے ؛

اچھی توجہ کے خواص :-

(۱) تیزی یا مضبوطی۔ یعنے توجہ اس زور سے دی جائے کہ من یکسو ہو کر بالکل محو ہو جائے (۲) قیام یا استقلال یعنے دیر تک اور لگاتار توجہ دی جا سکے (۳) سرعت یا طراری یعنے ایک

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

بات پر مناسب دیر تک توجہ دینے کے بعد نفس کو اور ضروری باتوں کی طرف رجوع کیا جا سکے بعض اشخاص صرف آخری وصف کے نہ ہونے کی وجہ سے ایک ہی مضمون کے ہو رہتے ہیں۔ اور باقی سب طرف سے محرومیت نصیب ہوتے ہیں۔ اسلئے قوت توجہ کی ہر پہلو سے تربیت کرنی ضروری ہوتی ہے۔ نیز یہ بھی یاد رہے۔ کہ جس قدر توجہ ارادی توجہ غیر ارادی پر غالب آتی جاتی ہے۔ اسی قدر دیگر قوا کی ترقی میں مدد ملتی ہے ☆

طریق تربیت:- (۱) چونکہ یہ قوت باقاعدہ اور لگاتار مشق سے تقویت پکڑتی ہے۔ اس لئے پہلے بیرونی خواہش کے دلچسپ مشغلوں میں توجہ لگانے کی باقاعدہ اور لگاتار مشق کرنا۔ (۲) خاص معاملات کے لئے مناسب وقت تجویز کرنا مثلاً کسی مشکل مضمون پر توجہ لگانے کے لئے ایسا وقت بہتر ہوتا ہے جبکہ طبیعت تر و تازہ ہو۔ جیسا کہ صبح جاگنے پر یا تفریح اور کھیل کے بعد۔ (۳) مختلف جذبات کا بھڑکنا بھی توجہ کے قائم کرنے میں مدد دیتا ہے مثلاً اشیاء مطلوبہ کے حصول کا شوق ہمدردی و رشک وغیرہ۔ (۴) بعض خارجی امور توجہ کو اوچاٹ کر دیتے ہیں۔ اس لئے ان کی درستی کرنی بھی قیام توجہ میں مددگار ہوتی ہے مثلاً ہوا۔ روشنی اور حرارت کا معقول انتظام ہونا چاہئے جسمانی صحت کا ہونا لازمی امر ہے۔ علاوہ ازیں آس پاس کہیں شور و غل نہ ہو وغیرہ۔ غرض توجہ کی تربیت کے چار درجے ہوتے ہیں (۱) جبکہ توجہ بالکل غیر ارادی ہوتی ہے۔ اس صورت میں بار بار خواہش پر زور ڈالنا لازمی ہوتا ہے (۲) توجہ کا باعث کسی بیرونی وجہ کے قائم نہ رہ سکنا جس کا مناسب تدارک کرنا ہوتا ہے (۳) توجہ کا باطنی کمزوری کی وجہ سے قائم نہ رہ سکنا۔ ایسی صورت میں جذبات مذکورہ بڑھانے ضروری ہوتے ہیں نیز خاص کام کے لئے خاص وقت معین کرنا بھی اس صورت میں مدد دیتا ہے ہر کام میں توجہ کے ادھر ادھر جانے پر پھر اصلی کام میں لگانے کی مشق کرنا اس نقص کا خاص علاج ہے (۴) توجہ کا کمال اس وقت ہوتا ہے جبکہ علم کی خواہش اور

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA

اور فرض کا خیال پیدا ہو جاتا ہے ✦

گیان یوگ اور راج یوگ :- آرش گرنتھوں میں "گیان یوگ" سے مراد قوائے عقلیہ کی تربیت اور "راج یوگ" سے مراد توجہ کی تربیت سے ہے۔ مگر گیان یوگ کا کمال اگر تمام علوم کو رشتۂ وحدت میں پرونے یا ہم آہنگ کرنیسے ظاہر ہوتا ہے۔ تو راج یوگ کا کمال تمام مانسک وچیت و بدھی کی شکتیوں پر قابو پانے سے نظر آتا ہے ✦

"ب"۔ تاثر :- یہ چیت کی وہ طاقت ہے جس کے ذریعے رنج و راحت رغبت و نفرت وغیرہ کیفیتیں اس پر طاری ہوتی ہیں۔ دراصل یہ حالت تعلّم کا نتیجہ ہوتی ہے۔ گو مختلف اشیاء کے علم سے مختلف قسم کے تاثرات پیدا ہوتے ہیں مثلاً خوف۔ غُصّہ۔ رحم۔ جوش۔ ہمدردی۔ خوشی وغیرہ۔ لیکن مجموعی طور پر تمام تاثرات دو صورتوں میں ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ راحت بخش یا رنجدہ۔ چنانچہ کسی عضو یا قوّت کو اعتدال اور میانہ روی کیساتھ استعمال کرنیسے راحت بخش تاثرات پیدا ہوتے ہیں۔ اور رنجدہ تاثرات کے اسباب مندرجہ ذیل ہیں :-
(۱) کسی عضو یا قوّت کا حد سے زیادہ استعمال (۲) کسی عضو یا قوّت کو استعمال کرنیکی ناقابلیت (۳) کسی عضو یا قوّت کے مناسب استعمال میں روکاوٹوں کا حائل ہونا ✦

جس طرح تربیت عقلی سے مراد قوائے عقلیہ کو باقاعدہ کام لینے کے لائق بنانا ہے۔ ویسے ہی تربیت اخلاق سے مراد ایسی تعلیم سے ہے۔ کہ انسان راحت بخش تاثرات کو ٹھیک افعال سے منسوب کر سکے۔ تاکہ دلمیں نیک افعال کرنیکی خواہش پیدا ہو۔ اور ایسے اعمال کرنے سے نیک عادات بنیں جن سے نیک خصلت ظہور پذیر ہو۔ بقولیکہ :-

اگر بوتے ہو تم اِک فعل۔ تو کاٹو گے تم اِک عادت
اگر بوتے ہو اِک عادت تو کاٹو گے تم اِک خصلت

CC-0. Gurukul Kangri University Haridwar Collection. Digitized by S3 Foundation USA